壽世青編

古吳·尤乘生洲手纂

○服藥須知

夫病之所由來因放逸其心逆於生樂以精神徇智巧以憂患徇得失以勞苦徇禮節以身世徇財利四徇不置心爲之病也極力勞形躁暴氣逆當風飲酒食嗜辛鹹肝爲之病矣飲食失節溫涼失度久坐久臥大飽大飢脾爲之病矣呼叫過常辨爭陪答冒犯寒暄恣食酸鹹肺爲之病矣久坐濕地強力涉遠縱欲勞形三田漏溢腎爲之病矣五病既作故未老而羸未羸而病病至則重重則必斃嗚呼是皆弗思而自取之也今既病矣

而後藥之得非啻臨掘井了然必以愼起居戒悲怒簡言語淸心寡營輕得失收視听節飮食忌肥濃炙煿生冷凡食勿頻而多任可心而頻食不欲急急則傷脾法宜細嚼緩嚥勿太熱勿太冷又不得雜雜則物性或有相反則脾與胃不大可慮哉苟能愼之服藥自效設仍率性任情不守戒忌豈特藥力無功而其疾更劇矣是不可不愼

○煎藥有法

一愼用水按方書所載

長流水即千里水但當取其流長而來遠其不可泥于千里之外有以取其來遠通達用以煎治手足四肢病及通利二便之藥也

急流水 湍上峻急之流水也以其急速而達下取以通利二便及足脛之風濕藥也

順流水 其性順而下流故亦取治下焦腰膝之病及二便之藥也

逆流水 慢流洄瀾之水也以其逆而倒流取之調和發吐痰飲之藥也

半天河水 即長桑君授扁鵲飲以上池之水乃竹籬頭管內所積之水也取其自天而降未受下流重濁之氣故可以煉還丹調仙藥之用

春雨水 立春日空中以器盛接之水其性始得春升生發之氣可以煎補中氣及清氣不升之劑古今謂婦人無子者於立春日清晨以器盛空中之雨水或是日耳草晚露之水夫妻各飲一杯還房當即有孕取其資始資生發百萬物之意耳

秋露水 其性稟收斂肅殺之氣取煎祛祟之藥及調敷殺疥癬風癲之用

井華水 清晨井中第一汲者其天一真元之氣浮結水面而取煎滋陰之劑及修煉丹藥之用

新汲水 井中新汲未入缸甕者取其無所混濁用以煎藥爲潔

甘瀾水 以器盛水足以器揚濯之使其珠沫盈千水而約以百爲度取其性柔能理傷寒陰症

潦水 即無根水由各中無人處新坎中水也取其性止而不流且有土氣清者可煎調脾胃補中氣之劑

冬霜水 陰盛則露結爲霜霜能殺物性隨時異也解酒毒治熱病收霜法雞羽掃於瓶密封候用（一方治乘熱瘡枝霜一不熟酒送下音効如神

臘雪水 冬至後第三戌爲臘其水解時疫丹石毒煎茶煮粥止清渴洗目赤如神及調和殺重蒸則

陰陽水 即生熟水新汲水合百沸湯和勻是也人燒鹽飲之消酢飽過度霍亂肚脹者飲一二升吐出痰食即痊凡霍亂嘔吐不能合粥食其勢危者先飲數口則定

菊英水 蜀中有長壽源其源多菊花而流水皆菊花香居人飲其水者壽皆二三百歲故陶靖節好植菊花日采其花英浸水烹茶期延年也大本草踏行諸水之名兩又及此而今特未而論之

按千金方，煮煎入參須用流水，用止水即不驗。令甚有宿水煎藥，不惟無功，造任經宿陰氣所侵，益家其害，即參湯停宿者，洗面無顏色，洗身成癬。已上諸水各有所宜，臨用之際宜細擇焉。

一慎火候，按方書所載。

桑柴火 桑木能利關節，養津液，得火則良。抱朴子云：一切仙藥不得桑煎不服。桑乃箕星之精，能助藥力，除風痺痺痛，久服終身不患風疾故也。

煆炭火 宜煆煉一切金石之藥，以其堅也。

金粟火 即粟米殼也，炒煉丹藥用。

烰炭火 宜烹煎焙炙百藥丸散。

白炭 誤吞金銀銅鐵在腹，燒紅急為末，煎湯呷之。甚者刮末三錢，井水調服，未效再服。又解水銀輕粉毒。

石炭（今西北所燒之煤即是不入藥用）

蘆荻火竹火（宜煎一切滋補藥）

按火有文武。從容和緩。不疾不徐。文火也。疏猛熾烈。沸騰則藥汁易涸。氣味不全耳。并用紙蘸水封器口煎之。如煎探吐痰飲之劑。當用武火。取其急速而發吐之也

一慎煎器。必用砂銚瓦礶。如富貴家。淨銀之器煎之更妙。切忌油穢腥氣銅錫鐵鍋。或煎過他藥者。必滌深淨器。口用紙蘸水封之

一慎煎藥之人。有禁忌勞者不汲水。火率置而熬。或藥汁太多而背地傾藏。或過煎太少而私添茶水。供應病人。惟圖省事

必擇謹愼知識人侍者或親信骨肉按法煎造其去查必用新綿濾淨取清汁服

一愼服藥凡病在胸膈以上者先食而後藥病在心腹以下者先藥而後食病在四肢血脈者宜空腹而在旦病在骨髓者宜飽食而在夜在上不厭頻而少在下不厭頻而多少服則滋潤於上多服則峻補於下其藥氣與食氣不欲相逢食氣下則服藥藥氣退則進食有食前食後服宜審此意。

一服藥忌食

凡服藥不可雜食肥膩魚鮓陳臭大蒜諸肉及胡荽生蒜蔬菹生菜瓜果生冷滑滯之物并忌見死屍產婦淹穢等事

有蒼白朮忌桃李雀肉青魚蛤蜊菘菜　有黃連胡黃連忌豕肉冷水　有甘草忌

豕肉海菜菘菜　有桔梗遠志烏梅忌豕肉治水生葱　有地黃何首烏忌一

切血葱蒜萊菔　有半夏菖蒲補骨脂忌羊肉飴糖　有細辛常山忌生菜生

葱　有丹參茯神茯苓忌一切醋米物酸　有牡丹皮忌胡荽蒜　有仙

茅、牛膝忌牛乳牛肉　有蒼耳忌豕肉　有吳茱萸忌豕心豕肉　有

荊芥忌河豚一切無鱗魚蟹　有二冬忌鯉魚鯽魚　有檳榔忌莧菜　有澤瀉

忌海蛤　有枸杞萆薢忌牛肉牛乳　有肉桂蜂蜜忌葱　有厚朴萆

麻忌炒豆　有巴豆忌冷水　有薄荷忌鱉肉　有紫絲丹砂龍骨

忌鯽魚　有商陸忌犬肉　有當歸忌濕[illegible]　有附子烏頭大雄忌豉

汁芥稷　有、土茯苓威靈仙忌茶麵湯[illegible]　有雲母鍾乳慈石硇砂忌羊血

○飲食禁忌須要不可同食

豬肉忌生薑 豬肝忌魚鮓 豬心肺忌飴 羊肉忌梅子鮓 羊心肝忌椒筍

犬肉忌蒜魚 牛肉忌韭薤粟子 牛肝忌鮎魚 牛乳忌生[illegible] 雞肉忌芥 雞子同忌蒜葱芥李

鴨子忌李 鵪鶉忌菌耳 雀肉忌醬 鯉魚忌猪肝雞 鯽魚忌沙糖蒜

魚鮓忌豕豆醬 黃魚忌蕎麥 鱸魚忌乳酪 鱔魚忌犬 鱉肉忌莧[illegible]雞 蝦子忌雞豕

李子忌蜜 棗忌葱魚 韭忌牛肉蜜 梅子忌豕 胡荽炒豆忌豕肉 莧菜忌鱉

楊梅忌生葱 蕎麥忌豕羊雞肉黃魚 黍米忌牛葵菜 菉豆忌榧子能殺人魚鮓

口病有十失

驕恣不論性不遵戒忌一也　輕命重財治療不早二也　聽信巫禱賽行殺戮。不信醫藥三也。　諱疾試醫言不由中四也

不善擇醫信人毀譽或從者卜五也　急欲速效且暮更張雜劑亂投六也　委郎傳方製炮未宜私自加減七也　侍奉不得人煎丸失法宜不詳謹八也　寒與不適飲食無度九也　過服湯藥蕩滌腸胃十也

○病有八不治

室家乖戾處事不和動成荆棘一也　恣縱慆淫不自珍重二也　憂思怨尤得失縈懷三也　今日預愁明日一年營計百年四也　煩躁暴戾不自寬慰五也　飲食拘因無節濫志六也　怨天尤人廣生懊惱七也　以是為苦難割難捨八也

却病十要

(一)要靜坐觀空萬緣放下當知四大原從假合勿認此身爲久去長住之所戚戚以爲憂也

(二)要煩惱現前以死喻之勿以爭長較短

(三)要常將不如我者巧自寬解勿以不適生嗔

(四)要造物勞我以生遇病却閒反生慶幸

(五)要深信因果或者夙業難逃却歡喜領受勿生嗟怨

(六)要舉家和睦無交謫之言入耳

(七)要起居務適毋強飲食寧節毋多

(八)要嚴防嗜欲攻心風露侵衣

(九)要常自觀察克治病之根本處

十要賓朋良友講開懷出世之言或論竹木魚鳥相親儵然自得皆却病法也

一病有七失不可治

夫病有七失不可治者失於不審失於不信失於怠忽過時失於不擇醫失於不辨藥失於自立意見濫補責備以濟畏攻貪醫欲補懸針欲艾應灼欲砭七者之中有一於此即爲難治非止醫家之罪實病家之自誤也倘有醫者不慈仁病者情鄙一理交馳於病爲害者不少也是以醫者不可不慈仁病者不可多猜鄙迎犯之則招禍在醫者當以救濟爲心在病家務以精誠篤摯爲念各盡其極乃治病者處之大端也

一老人病不同治法

常見年高疾患將同少年混投湯藥妄行針灸務得速愈殊不知年老之人血氣已衰精神減耗至于視聽不至聰明手足舉動不隨其志身體勞倦頭目昏眩宿疾時發或秘或泄或冷或熱皆老人之常也勿緊用針藥急求痊愈往往因此別致危殆且攻病之藥或汗或吐或解或利緣衰老之人不同年少年少者真氣壯氣雖汗吐轉利未至危殆其老弱者汗之則陽氣泄吐之則胃氣逆下之則元氣脫立致不可救此養老之大忌也大率老人藥餌止用扶持只可溫平順氣進食補虛中和之劑不可用市肆購買他人惠送未識方味者與之服餌切須詳審

若有宿疾時發則隨其疾狀用和平湯劑調順三朝五日自然痊退惟是調停飲食隨其食性變餌治之此最為良法也

□治婦人有不能盡法之弊

治婦人疾者不能盡聖人之法者今富貴之家居奥室之中處帷幔之內甚又以帛幪手臂既不能行望色之神又不能殫切脈之巧四者有一缺焉黃帝曰凡治病察其形氣色澤形氣相得謂之可治色澤以浮謂之易已形氣相失謂之難治色夭不澤謂之難已又曰診病之道觀人勇怯骨肉皮膚能知其情以為診法若病人脈病不相應既不得見其形醫者止據脈供藥其可得乎如此言之烏能盡其術也此醫家之公患世不能革

醫者不得不盡理質問以盡詞。病家見其所問煩瑣。意其道不精。往往得藥不服。似此甚多。扁鵲見齊侯之色尚不肯信。况其不得見者乎。嗟哉。

〇妄用議病

世有病人親朋故舊交游來問疾者。其人曾不經一事。未讀一方。自誇了了。談說異端。或言是虛。或言是實。或云是風。或云是氣。紛紛謬說。種種不同。使亂病人心意。不知孰是。遷延已久。時不待人。欻然致禍。各自走散。設有明醫識病淺深。探究方書。知本草。看病不真。大誤人事。何况妄議者乎。

〇古方無妄用

【辯誤】周順醫有十全之功云古方如聖惠千金外臺秘要所論病原脉症及針灸法皆不可廢然處方分劑與今大異不深究其旨者謹勿妄用有人得目疾用古方治之目遂突出又有婦人因產病用外臺秘要堅導方其後反得惡露之疾終身不差僧有十人得脚弱病方書羅列積藥如山而疾益甚余令悉屏去但用杉木爲桶盛水濯足并令排樟船於兩股間以脚衡繫定乃餘而安徙如初南方多此疾不可不知順固名醫語必不妄故錄于此

○草藥不可妄用

用並云紹興十九年三月英州僧希賜往州南三十里洸口掃

洪有多稻白稻畏至舟中士人得一奇病脚弱不能行丹師謝之曰吾有一藥治此病如神餌之而差者不可勝計既暮廟畢飲脈頗驗乃入山求得草漬酒投病者令天未明服之如其言藥入口即呻吟云腸胃如刀割截痛遲明而死士人以告丹師丹師恚曰何有此即取昨夕所餘藥自漬酒服之不踰時亦死蓋此山多斷腸草人誤食之輒死丹師所取藥爲根蔓所纏雜不服擇徑投酒中以此致禍則知草藥不可妄用也

○眞菊野菊

蜀人多種菊以苗可以菜花可以藥園圃悉能植之今人多採野菊供藥肆頗有大誤眞菊延齡野菊殺人如張華言黃精益

壽鈎吻殺人形類相似之誤有如此

○服餌忌羊血

服餌之家忌食羊血雖服餌數十年一食則前功盡喪以其能解藥力如此

○論婦人病有不同治法

孫眞人云寧醫十男子莫醫一婦人以嗜欲多於丈夫故感病倍於男子益其慈戀愛憎嫉妬憂恚染著堅牢情不自抑以此成疾非外感六氣必內傷七情之所致也七情之病不可醫誠以情想內結自無而有思慮過多致然損是以釋氏揭說酢梅口[illegible]想踏懸崖足心酸澀之大智如此[illegible][illegible][illegible]情意收

易心志則雖金丹大藥亦不能已蓋病出於五內無有已期藥力不可及也法當令病者存想以攝心抑情以養注

葛仙翁曰凡婦人病兼治其憂恚令寡其思慮則疾無不愈矣凡人在病中百念灰冷雖有富貴欲享不能反羨貧賤而健者人能于平日無病時作是想兩病從何來及一切名利得失恩怨亦自淡然。

○用藥例丸散湯膏各有所宜

藥有宜丸宜散者宜水煎者宜酒漬者宜煎膏者亦有一物兼宜者亦有不可入湯酒者並隨藥性不可過恐湯者蕩也煎成清汁是也去火病用之散者散也研成細末是也丸者緩也作

成丸粒也不能速效舒緩而治之也漬之者以酒浸藥也有宜酒浸以助其力如當歸地黃知母黃栢陰寒之氣味假酒力而行氣血也有用藥料細如法者酒密封早晚頻飲以行經絡或補或攻漸以取效是也

細末者不循經絡止去胃中及府藏之積及治肺疾欬嗽爲宜氣味厚者白湯調氣味薄者煎之和查服丸治下焦之病者極大而光且圓治中焦者次之治上焦者極小麪糊者取其遲化直至下焦或酒取其散醋取其收如半夏南星及利濕者以生薑汁稀糊丸取其易化也湯泡蒸餅丸易化滴水亦然煉蜜丸者取其遲化而氣循經絡也燒丸者取其能達下焦而治鵬淵等式

凡修合先須用蠟紙用瓷。用錫紙用錫。勿相雜用。如丸藥用
蠟取其固護藥氣。欲其經久不失味力。且過膈開而作效也。今
若投蜜相和。雖易為丸。然下咽亦即散化。如何得致膈中。若或
有毒藥不宜在上化。豈徒無益而反為害。全非用蠟之本意。
凡煉蜜宜先掠去沫。令熬色微黃。試水不散。再熬一二沸。作丸
則收潤而不粘成塊也。
冬月煉蜜。煉時要加二杯水為妙。衍義云每蜜一斤。祇煉得十
二兩。是其度數也。和藥末要乘極滾時和之。臼內搗千百杵自
然軟熟。容易作條好丸也
凡為末先須細切。曬燥。退冷搗之。有宜合搗者。有宜各搗者。其

滋潤之藥如天門冬生地黃當歸鹿茸皆宜切曬之獨搗或以慢火隔紙焙燥退冷搗之則為細末若入衆藥少停回潤則和之不勻也凡濕藥燥皆大耗當先增分兩待燥秤之乃準其湯酒中不須如此

凡合丸藥用密絹令細篩散藥尤宜精細若搗丸必於石臼中杵千百遍色齊和同為佳

凡飲浸酒皆須細切生絹袋盛乃入酒密封隨寒暑日數視其濃烈便可漉出不須待酒盡也滓則暴燥微搗更漬飲之亦可為散服

凡合膏子須合其膏少之料先淹浸先煎其汁乃下有膏之料熬

時當杖以三上三下以泄其火氣。勿令沸騰不妨旋取藥汁查須再煮務令力盡而止。然後漸漸慢火收膏如飴。加煉蜜收貯磁瓶出火氣。七日二七日聽用。

凡煎摩紫之膏或熬或酒或油。須令淹浸。然後煮熬。用杖三上三下。以泄其熱勢。令藥味得出。上之使匝匝沸。下之要沸靜良久乃上之。如有韭白及葱在內。以漸焦爲度。如有附子木香者亦令焦黃勿令枯黑。須當必以新布絞是可服之膏。滓亦可酒煮飲之。可摩之膏滓亦可敷。亦欲兼盡其藥力也

凡湯丸中用諸石藥。皆細研之。以新綿裹之納中。衍義云石藥入散。如朱砂鍾乳之類。用水研令極細。必要二三日乃已。以水

湯浴極細方可服餌。但研細絹羅爲是。
凡花葉之類。如橘葉、荷葉、茅根、蒲根、灰散類。必要焦枯。用器
蓋在地上出火性。存本性。倘如过火。則白無効矣。
凡有脂膏。如桃杏、麻仁等。須另末。碾後入衆味合研則勻。凡湯
劑中用一切亮物。俱破殼研之。如豆蔻、蘇子、益智、骨脂之類。不
則如米之在穀。雖煮之終日。米終不熟。職是故也。凡用香燥。如
大香、沉香、砂仁、豆蔻。不宜久煎。點泡尤妙。

○藥品製度法

藥之製度。猶食品之調和也。食品之加口味。非調和不能足其
味。火藥有良毒。不精修治。豈能奏効。然知其理。知相用藥頭處

手足皮膚者須酒炒以其性沉寒借酒力可上騰也用治中焦酒洗下焦生用黃連去痰火以薑汁拌炒去胃火和土炒治吞酸同吳茱萸炒此各從其宜也大黃用行太陽經酒浸陽明經酒洗况其性寒力猛氣弱之人須用煨熟否則必寒傷胃也地黃知母下焦藥也用之須用酒浸亦恐寒胃地黃用治中風非薑汁浸炒恐泥膈也黃芩龍膽酒浸炒制其苦寒也當歸防己天麻酒浸者助發散之意也川芎入藥附子其性劣灰火中煨過泡之裂去皮臍及尖再以童便浸一宿制其慓毒也半夏湯泡七次南星水浸俱于臘月水中浸二宿去其燥性更炒用治風痰俱以薑汁浸一宿南星治驚癇以黃牛膽醃陰乾取壯其膽

氣吳茱萸味惡須湯泡七次。麻黃先煮兩沸去沫免令人煩
悶。山梔仁用漿陰水炒合色焦。不然至蟲斑猫乾漆非炒盡不
能去其毒。生則令人吐瀉不已。巴豆性最急劣有大毒不去油
莫用。大戟芫花甘遂商陸非亦暴須炒用緩和不已。蒼朮氣
烈非米泔浸經宿燥性不減。凡若金石并子仁之類。須各另研
細方可入劑。但製度得法而藥能施功矣。余見今人恭力入市
斛圖省儉。不暇咨訪。不惟炮製未宜。抑且真偽未明。多少不合
分。全君臣佐使用藥之法亦非良醫治病之心。倘反為我誤。伊
誰之咎耶。凡得餘合必須選擇而服之。如後法務在至誠。然得
濕也用火焙。先於地上取法。以鬼為妙。倘臨症自有制法。不

藥性

人參去蘆 生地酒洗 熟地酒洗 天門冬水潤去心 白朮

黃芪蜜炙 白芍酒炒 遠志甘草湯泡去骨 巴戟去心 柴胡 人參 前胡 去蘆

澤瀉 山藥 當歸酒洗 去根 二… 木香 生用理氣

甘草炙熟用補中 生用瀉火 石斛 牛膝 川芎 酒洗 知母去毛酒炒 生用止瀉

貝母去心 紫菀水洗 桑白皮蜜炙 酒洗 厚朴薑汁炒 川芎 前胡 用補

羌活 苦參 白芷 防風去蘆 金銀花 荊芥

升麻 黃柏去皮蜜炙 天麻 乾葛 生用 酒炒

龍膽草酒炒 香附童便浸 何首烏 黑豆 枳殼麩炒 草豆蔻

烏藥 白附子 砂仁炒研去殼 玄胡索 元

紫菀蜜炒 款冬花去梗水炒 百部
馬兜鈴炒 貝母去心 南星炮去皮
天雄 附子童便煮去皮臍 甘草 防風
米泔浸去 澤瀉鹽水炒 肉蓯蓉酒洗
赤水
益智鹽水炒研 破故紙酒炒 骨碎補去毛
胡蘆巴 大戟水煮 甘遂麵裹煨 郁李
續隨子去油研 葫蘆巴酒浸炒 小茴
乾薑炮 厚朴薑汁炒 桃杏仁去皮尖
白芥子炒研 紫蘇子炒研 蓮子去心炒
蜀椒去合口揀炒 訶子煨去核 林檎 青鹽

去心洗炒 旋覆花去蒂 兜鈴去木根
蒺藜酒炒去刺 大黃用酒蒸
巴戟酒浸去心 杜仲炙斷絲 仙茅
兔絲子酒煮打作餅曬為末 補骨脂炒
去毛 狗脊去毛酒炒 商陸黑豆蒸 紅花
仁去皮 常山酒炒 黑麻子去殼
酒炒研 桑白皮蜜炒 山梔子炒黑
去殼研 神麴炒研 麥芽炒 萊菔子炒研
川楝子去核 吳茱萸去閉口湯泡二次鹽炒
草豆蔻 枇杷葉去毛蜜炙

樗樹白皮（醋炙）凡（去皮）密蒙花（酒洗焙）麻仁（炒研）扁豆（炒）乳香[illegible]

箸[illegible] 山查（去核）生薑（熱去皮 寒留皮）乾漆（炒盡烟為度）粟殼（蜜炒）

必術之所能細

兆子（炒）麝香[illegible] 白玉（研）蘇合香（酒浸另研）丁香（忌火）水蛭 全蝎（去炒）

毒 烏藥（酒炒）大腹皮（水洗晒）酸棗仁（生寒熟安神）梔子仁（炒）牡丹皮（酒炒）

檳榔（忌火）皂莢（去弦）決明子（炒研）蟬退（去翅足洗）斑猫（去頭足翅同大米炒）葶藶子（米炒）

炒 遠志（酒炒）白殭蠶（米泔浸一宿取起晒乾去絲及黑口研）穿山甲（土炙研）

代赭（煆醋淬水飛）雄黃 硃砂（另研水飛）石膏（煆研）赤石脂（火煆水飛用）自然銅（火煆）

磁石（煆醋淬九次研細水飛）滑石（研水飛）爐甘石 青礞石 花蕊石 伏龍肝（火煆）

研水飛 陽起石（火煆酒淬七次水飛）白礬（煆）龍骨（火煆水飛酒煮）阿膠（蛤粉炒）石决明

[illegible]（水煮[illegible]火煆童便[illegible]研）真珠（絹包入豆腐中煮一滿研）[illegible] 鹿茸（酥炙去毛）

虎脛骨醋炙 五靈脂酒飛去沙研用 醋炙 燒 血餘火煅研 髮入瓦罐中塩泥固濟煅存性

火煅水飛 海螵蛸炙 桑螵蛸炙熟 蛇蛻 浮海石水飛 火煅 寒水石 緋片 水炒 炮去 介 蟹

研色 石硫黃用猪大腸盛之水煮三日夜以皂角湯洗去黑水再以紫背浮萍同煮消其毒 次青 細研 醋及諸脫血

土硫黃辛熱腥臭止可入瘡科外治不堪服餌

食鑑本草

無求子石乘手輯

□五味類

水味甘淡無毒大益人資生日用不覺其功故不可一日缺也

井泉平旦第一汲者佳

酒味辛熱飲之體軟神昏是其有毒也惟略飲三五杯禦風寒通血脈壯脾胃而已若恒飲過多則氣亂心焦生痰動火甚

則損腸胃濫飲傷神凡酒漿照人無影不可飲醋後食芥辣物多則緩人筋骨凡中藥毒及一切毒從酒得者難治蓋能引毒入經絡故也

醋多助肝損脾胃及人骨壞人顏色一切搶癰調敷藥用

茶味苦氣清能解山嵐瘴癘之氣江洋霧露之毒及五辛炙煿之熱宜少飲不飲尤佳久飲去人脂令人下焦虛冷飢尤不可飲飽後飲一兩盞不妨切忌點鹹及空心喫大傷腎氣古云空心茶卯時酒酉時飯皆在禁例俱宜少用食後用濃茶漱口令齒不敗

蜜味甘鹹寒無毒除熱湯火毒救百般藥毒殺一切魚肉菜蔬毒

毒并治蛇蟲蜂蠆等毒搗汁飲入下部治大便不通灌耳中治飛蛾蟲蟻入耳塗狂犬咬仍飲蒜水調服即愈

薤 味甘溫無毒消痰散滯止嗽補中健脾打撲瘀血者煮酒服能下惡血解附子毒烏頭毒腎病忌甘甘傷腎骨痛齒病者皆忌。

□粟類

粳米晚跳者佳。忌與蒼耳馬肉同食。冬春溫熱時患暑瘡瘡府小兒初生者粥汁如乳量食之。開胃助神稍長同芡實煮粥食之益精強志

糯米久食身軟病發風動氣妊娠與雞肉同食令子生寸白

蟲宜性濇而味苦宜于遺精

黍米（即小米有數種粟之精者爲黍粱之精者爲秫性黏）小兒食之不能行發宿疾令人好睡不可與白酒葵菜牛肉同食有赤黑數種北方所種多是秫黍。又名黃糯。只可作酒。此米雖動風惟肺病宜之食粟米後食杏仁。成吐瀉。

稷米（即穄粢）因其早熟清香。用之祭祀。食之發二十六種冷病不可與瓠子同食。

香稻米（即紅蓮米）其熟最早。晚熟者其能開胃益中澀滑補精惜不能多種耳

茭米（即雕胡）古人以爲美饌作飯亦脆而泄止渴。解煩熱。調腸胃。

凱莊曰子也

麥 占四時。秋種夏收。北方多霜雪。麵無毒而益人。南方少霜雪。麵有濕熱而損人。去皮則熱。帶皮則凉。經須入日曝乃（良）。心之穀。士養心氣。心病宜食之。秋種夏收。春秀冬長。具四時之氣。北地之麥日開花。南方夜開花。食之發病

浮麥 即水淘浮起者焙用 止盗汗虛熱。婦人勞熱。以其麥皮重而肉少之功

大麥 久食多力健行。令髮不白。能寬胃消脹。煎湯桌洗。立效大

麥芽消積健脾。多服消腎。

蕎麥 性沉寒。久食動風。心腹悶痛。頭眩。和家肉食。令人患風。脫眉髮。和礬食能殺人。治小兒火丹赤腫。以蕎麥粉醋調敷。

白扁豆和中下氣治霍亂生嚼解河豚毒酒毒及一切草木之毒與瘧不宜人

綠豆清熱解一切食物諸藥毒不可去皮去皮壅氣消腫毒作枕明目治頭風

赤小豆利水排膿毒止瀉利消脹滿下乳汁久食令人虛不可同魚鮓食中酒煮汁飲立解又治小兒火丹上下不定為末醋調傅之効

黑豆入腎逐水消腫消痰血忌同豕肉食。十歲以下小兒不宜食恐擁氣。馬華、以黑豆入鹹若食補腎口李守愚每晨水吞黑豆二七粒謂之五藏穀到老不衰。化種小粒馬料豆

蚕豆 快胃利臟多食發脹可作醬忌同豕肉食

豇豆 理中補腎止渴止痢小便頻解鼠蛇毒

豌豆 一名胡豆 益中平氣。又云多食動氣。淡煮食之下乳汁。

黃白豆 益氣和中。殺鬼氣作醬作腐極佳。凡豆總與豕肉魚鮮不可同食

芝麻 黑者炒食不生風疾有風人食之良潤燥黯宜食能解諸毒

口菜類

菘菜 利腸胃消食下氣解酒渴。云魚腥或食之體冷薑汁能解之一云夏至前食。發皮膚風痒。動氣發病

青菜 四季常有。通腸胃結滯。利大小便。和中下氣。

白菜 主通利腸胃除煩熱解酒毒

菠菜 多食滑大小腸令人脚弱不能行

油菜 冬種春長形如白菜邊缺利便根微紫抽嫩心開黃花及其莖為菜茹甚佳子取榨油味同麻油色略黃耳

芥菜 歸肺利九竅止冷嗽冷氣多食動風不可同鯽魚食發水腫同兒肉發惡瘡 子 能消痰治風痺腫毒醋研敷

薺菜 歸肝 利肝氣和中 子 主明目去翳赤痛 根燒灰治赤白痢極效

韭菜 歸心下氣止泄尿血治心腹冷痛多食助陽昏目滑人食香夏食臭冬食動宿疾五月食昏人乏力不可同牛肉及蜜食

未出土為韭黃食之動氣病 子 治夢洩

莧菜有六種多食動氣生煩悶共鱉及蕨食成瘕其一種馬齒
莧入血分下胎臨產煮食佳又一種灰條莧野生者亦可食
王怡曰[illegible]亦隋

蘄菜生高田者宜人荻蘄根美置酒醬中香美和醋損齒二八
月勿食水蘄恐成蛟龍瘕

荇菜生湖陂中葉紫赤圓徑寸餘浮水面莖如銀股上青下白
詩所云參差荇菜是也可薦為御

荇花菜大寒消去上焦浮熱發下部虛寒

紫菜出海中多食令人腹痛吐白沫飲少醋即解

蓴菜生水中性[illegible][illegible]發痔

〔苦花菜〕通精氣利腸胃生平澤中取爲菜亦甚香美

胡荽久食令人健忘脚軟發痼疾惟發痘疹用之

〔蒔蘿〕安心氣養脾胃消痰飲多食動風發氣

〔萵苣〕利水久食昏人目殺蟲蛇毒

〔蕨〕去暴熱利水道令人多睡脚弱生食成瘕

〔薇〕生水旁葉似萍蒸食利人久食不飢調中利水治浮腫潤大腸

葱與蜜同食作服下利腹痛燒葱同蜜食壅氣死葱與雞雉白犬肉同食九竅出血死大抵葱切只可發汗多則昏神

〔蒜〕碎搗療惡氣快胃消癰久食生痰動火傷肝損目弱陽食蒜行房令面無顏色治魚骨鯁塞鼻即出又治蛇傷揚仁立効

忌魚鮓蜜同食

白蘿蔔 消痰下氣解麪毒豆腐毒久食耗肺氣生食滲血忌與人參地黃首烏同食令人鬚髮白丹溪云熟者多食成溢飲

葉 治乳癰初腫痛取鮮者去土不用洗加鹹少許搗傅熱即換之冬無葉根可代

子 治黃疸及目如金小水熱赤為末白滾湯調服水研服吐風痰醋研塗消腫毒

胡蘿蔔 寬中下氣散腸胃邪滯

茄子 性冷發風動氣及瘡

蒂 燒灰治口瘡甚效

黃瓜 清熱解渴利水道

諸竹筍 消痰利膈發冷氣

苦竹筍 治不睡去面目并舌上黃解

酒毒多食令人嘈雜

猫竹筍 生於冬不出土者曰冬筍小兒痘疹不出煮粥食

蘆筍 治噎膈解河豚毒。蒲筍 去熱燥利小便。

芋 充飢寬胃多食滯氣冬月食不發病和魚煮良

芋莖 治妊婦心煩迷悶胎動不安

野芋有毒中其毒土漿糞汁可解

茭白 不可合生菜食及蜂蜜食損陽氣發冷疾糟食頗佳。

匏子 滑腸不宜人 葫蘆匏苦 毒令人吐逆煩悶。

絲瓜 除熱利腸枯者燒存性入硃砂末研勻蜜水調發小兒痘

疹甚效以其通行經絡血脈涼血解毒又能下乳汁通二便

足上瘡腫之疾禁治鰕瘡頭撲揉之瘡癰疽丁腫弥極

西瓜消暑熱解煩渴寬中下氣利水止血痢。

冬瓜利水止渴多食反令牙疼。動胃火又令瘙疥生瘡發黃疸

九月勿食老人小兒不可食。

南瓜多食發疳疸脚氣不可同羊肉食壅氣。

菜瓜即生瓜又名越瓜有青白二種不宜人。凡瓜苦者及兩鼻兩蒂者害人

菌蕈因濕氣熏蒸所成生山僻處有毒殺人在木生者為木耳

菌有多種惟楮榆柳桑槐樹大木之耳可食生野田者有毒

者殺人冬春無毒夏秋有毒。夜有光欲爛無蟲者上有毛下

無紋者仰卷赤色及煮之不熟者煮訖照人無影者並有毒

中其毒者以地漿及糞汁可解蕎麥粥以蒜韭服枸杞苗煮
殺人凡中其毒者必笑不止 所以熟菜剝皮水浸之或苦蒜
汁吞無不效

松蕈 治溲濁不禁食之有効

杉菌 治心脾痛 香蕈 益氣 [illegible] 治風破血

柘耳 治肺癰不拘潰成未成用一兩研末百藥煎三錢丸如桐
子大米飲下三十丸効

臭蕈 不可食治積垢痛[illegible] [illegible]不効再服愈

[illegible]菌 殺蟲[illegible]益腸胃化痰 [illegible]多食發癩

雞蓯 益胃[illegible]清神治痔

化痰治癭結氣痰飲

蓽澄茄即小下氣治噎小兒氣脹　殺蟲肉蓯蓉補腎氣壯筋骨

大茴香開胃下氣治膀胱冷氣　補命門不足暖丹田暑冥兩少

消食解多食傷補發積

砂仁和胃醒脾快氣調中安胎

山藥和中補虛去倦燥脾　產出涼熱北瓦寒熱下膝上

結者勞下山藥補虛益腎

百合潤肺止嗽利二便除浮腫　痘瘡藥食毒花酒小兒天泡瘡

曬乾研末紫酒調塗　敷下血瀉火研末酒服紅花煮

冬山丹治紫斑文人服　地骨功同敷效

枸杞葉無刺者是其莖葉補氣益精除風明目堅筋骨補勞傷根名地骨皮根葉子俱可食和羊肉作羹和粳米煮粥入葱豉五味補虛尤勝。

生薑無毒開胃止嘔吐行藥濕制半夏毒諺云上床蘿蔔下床薑蓋夜食則難當可消清晨則薑能禦風解穢開胃通神九月九日忘食損壽

○菓類

藕以鹹水供食則不損口同油煠麪米食則無滓解熱渴散留血蒸煮服之大能開胃生食治虛渴解酒毒熟食補五藏實下焦同蜜食令人腹藏肥不生諸蟲亦解蠏毒蒸輕身延年

雞頭實 即芡 小兒多食令不長 生食動風發氣 熟食益腎固精 合蓮子竹粉益人 和金櫻子爲丸食之 謂水陸丹 補下元 久服耐老不飢。

菱角 即芰 生食性冷。多食傷人 薑酒解之。熟者閉氣

烏芋 即荸薺 消食除熱 性毀銅 不可多食。

慈姑 多食發虛熱及腸風痔漏 崩中帶下 孕婦勿食 搗傅小兒赤瘤丹毒即退

杏 多食令人臟腑發痰瘧霍亂氣寒 晒乾食去痢疾止心勞熱 肝病宜食之 不沉水者有大毒

桃 多食令人熱 作脯食益顏色 肺病宜食之。

否近多食傷筋骨損齒生痰止渴去冷熱毒心病宜食之

烏梅生津止渴多食損齒損筋烏梅安蚘止利斂肺白梅即鹹梅名霜梅以治痰厥牙關緊閉者取梅揩擦齦牙即開又治瀉利霍亂下血功同烏梅

橘與柑同酸者聚痰甜者潤肺亦不可多食

橙多食傷肝氣切和鹹蜜煎成貯食止惡心去胃中浮風惡氣發燥痰殺魚蟹毒皮能醒酒

香圓佛手柑並下氣除心胸痰水煮酒飲

金柑下氣快膈止渴解酲辟臭皮尤佳

枇杷止渴下氣止吐逆利肺熱潤五藏忌同炙肉及麪食

楊梅多食令人發熱損齒及筋鹽藏食去痰止嘔消食 燒灰服止痢甚驗忌同生葱食

櫻桃調中益氣令人好顏色止泄痢不可多食有暗風人不可食食之立發

甘蔗同酒食發痰多食發熱動衄血與榧子食則查軟和中下氣利二便止反胃嘔逆寬胸

石榴多食損肺損齒凡服餌人尤忌皮止久痢崩帶

梨種不一性俱冷利多食有損金瘡乳婦血虛人尤忌治熱嗽煩渴中風不語傷寒發熱解丹石毒酒毒瘡毒切片貼湯火傷止痛不爛汁吐風痰驚風不語生搗汁煩脹胸中熱結痞

寒者勿食之

烘柿其種亦多所在皆有通耳鼻氣止渴去胃火止腸毒飲盧同食則易醉或令心痛欲死別錄云解酒則失之矣乾柿制者補虛勞不足消宿血開胃澀腸止吐血反胃潤痔血消痰止火嗽及咽喉口舌瘡痛

蓮子補中益氣止痢及遺精女人崩中帶下

荔枝多食令人發熱能止瀉益人顏色發瘡

龍眼安神補血益志和脾小兒不可多食

胡桃肉補性熱不可多食多則生痰動火令人咯血肺病尤忌治虛寒喘嗽同人參煎服甚良又益命門補下焦同補骨脂

豬肪服瀉腸癰痛潤者殺蟲攻毒潤鬚髮

豬生食損脾作渴與藥食須五穀禁食和諸藥補興齒病疳病小病皆忌小兒尤忌同蒜食令臟腑不和同魚食令腹脹病其味甘溫方中用蕈為引取辛甘之味生發中氣若無遇猴食生蟲損齒所害多矣

小麥多令心痛鯽魚同食成疳鰣同食成瘕身重不能行小兒不宜食生冷損齒和藥用則有緩肝調脾之功

栗生食難消熟食滯氣日暴火煨令出汗殺其木氣或炒食乃可患風氣人忌之相傳有人患腳病往栗樹下食數升便可起行此是補腎之功然後生啖若服餌則宜蒸暴[illegible]

俱胃家之果餌皆傷脾及金瘡産後生瘡瘍之有效又有一種三顆其中有扁者名栗楔音屑 主活血治痛尤効

食栗 内遇多食栗子兩三枚即消

銀杏即白果 甘 多食令人臚脹壅氣動風小兒食多霍亂發驚引疳澀濇氣食歛風生食降痰解酒殺蟲嚼漿塗面及手足去皯皰䵟黯皴皺及疥癬疳䘌陰蝨能入肺經益肺氣定喘嗽縮小便生搗能浣油膩則其去痰之功可類推矣但其性 主收多則氣壅食滿千枚者死

榛仁益氣力寬腸胃調中開胃健行止飢

榧子性熱煮素羹味甘美與脂炒黑皮自脫同鵝肉食生斷節

風樝皮反菉豆能殺人療五痔殺寸白蟲消穀助陽道治嗽

白濁皆治久食滑腸同甘蔗食其查自軟

松子潤燥結同栢子仁治虛秘補不足

橄欖 青 生食解酒毒消魚毒開胃下氣止瀉生津止渴治咽疼

然性熱多食能致上壅

積仁治脣吻燥痛研爛塗之 核 磨汁服治諸魚鯁

用於大熱多食令人足氣喘促漱口者有毒治邪氣咳逆胸

下氣除大腑寒冷心腹脹消宿食下利洩補風痺結水

腫黃疸殺蟲魚毒久服通血脈堅齒髮明目益陽道腰腳不

遂可作膏藥補命門治疥瘡瘡癬小便

巴達杏 甘平。止欬下氣。消心腹逆悶。

杏核仁 入手太陰肺。其用有三。潤肺也。消食積也。散滯氣也。杏仁治氣。桃仁治血。俱療便秘。當分氣血。晝則便難行氣也。夜則便難行血也。故虛人便秘。不可過洩。脈浮屬氣。用杏仁陳皮。脈沉屬血。用桃仁陳皮。手陽明大腸手太陰肺。頁門主往來。魄門上下收閉。為氣之通道。故並用陳皮佐之。雙仁者殺人。可以毒犬。犬咬人同白糖搗傳甚良

○禽類

鵝 名家鳩 白者食草無毒。蒼者食蟲有毒。發瘡腫。性並冷。多食令人霍亂。發風動氣。卵尤不可食。火熏者尤毒。然老者良。解五

藏熱服丹石人宜之

鴈 一名鴐 與燕往來相反有四德寒往夏來信也飛則有序禮也失偶不再配節也夜則巡警智也大曰鴻小曰雁六七月食之主傷神氣治風麻痺久食動氣壯筋骨利臟府解和石毒

鴨 即鶩音木 黃雌鴨爲補白者良黑者有毒滑中發冷脚氣人不可食腸風下血人不可食嫩者毒老者良六月忌食鴨目白者殺人卵勿與鱉同食殺人又勿同胡桃豆豉食野鴨九月殺宜食熱瘡久不好多食愈

雞 黃者宜老人烏者宜產婦烏雞白頭及六指四距者死不全足口目不閉卵有八字紋者俱不可食烏雞合鯉魚食生

痔瘡敗血小兒尤不宜食同生葱食成蟲痔同糯米食生蟲蟲閒雜症常有痔四月勿食抱雞令人作癰成漏

雉

訊野雞 秋冬益人春夏有毒下痢人忌食與胡桃同食發頭風眩運及心痛與菌木耳食發痔血與蕎麥食生蟲卵同葱食生寸白蟲。自死爪甲不直者殺人。

鵪鶉

本草云蝦蟇所化痢疾實用和小豆生薑煮食同猪肝食面生黑子與菌食發痔。

麻雀

小面黃者黃雀 不可同猪肝孕首食妊婦尤忌令子多淫凡頭丸人忌之冬食補益他月不制雀肉和蛇床子熬膏和藥丸服名驛馬丸壯陽益腎雀卵更勝五月收取

【鵓】鴿即天益人氣力。利藏府。駈疥。食之。油塗瘡腫。毀治小兒耳疳調草烏末入龍腦少許和傅立效無則雁油可代

〇獸類

【豕】即猪肉　雖世常用不宜多食發風動氣生痰白猪白蹄青爪者不可食【腎】理腎氣多食反令腎虛少子必損心氣【肝】助肝【犬】【小腸】骨腸【膽】損陽道【蹄】【耳】助風毒【肺】療肺虛咳嗽竹刀切片麻油炒同粥食治嗽血煮醮以乜未食之良胃補中益氣無毒。猪肉合羊肝食令人悶。凡諸獸臨殺驚氣入心絕氣入肝並不可食。猪羊血俱敗血

【羊肉】補虛助氣與參芪同功和解食傷人心腑損心少下心有

乳者發人(膈)發氣(肝)明目肝有瘀者黑頭白身若并獨角者
皆不可食六月忌食餌地黃補劑皆忌

(水牛肉)補脾胃五藏與氣補血(乳)能補中養血但忌與醋情食
凡黑牛白頭獨肝牛[illegible]疫夏月卒死及瘟死者極毒殺人
不惟不可食氣亦能害人服[illegible]膝者忌之

(馬肉)無益不可食馬汗氣及毛誤入食中害人凡有汗陰瘡者
近之殺人

(驢肉)動風發痼疾

(騾肉)動風發豬脂肥者尤甚不可與酒同食致暴疾殺人

(犬肉)大熱助陽煖下元食者忌茶白犬虎紋黑犬白耳畜之家
富貴斑青者識盜賊則吠純白者其不可畜春末夏初犬多發

狂被咬者必害宜預防之。凡犬不宜炙食令人消渴犬肉傷神

麂肉 血大補血肉不甚補反發人病五月勿食服餌人忌之以其常食蛇虫之毒故也

麋肉 與六七八至十一月食之勝羊餘月發風動氣。

麂肉 麝之不宜食獐以其食蛇也

猫 家畜者可取看其睛定時子午卯酉如一綫寅申巳亥如滿月辰戌丑未如棗核也肉能補陰治勞瘵蟲毒瘰癧瘻瘡

香狸 鎮心辟邪

狐肉 皮可爲裘補虛損暖中去風及五藏邪氣煮炙食之。

貉 與貒同 補虛勞及女子虛備 貒音歡切音同 狗貛

木狗 肉無毒 皮 治脚痺風濕氣活血脉暖腰膝

兔肉　八月至十月可食。餘月損神。兔死而眼合者殺人。獨肝不可食。勿與雞肉及肝心食。孕婦忌。功能補中益氣涼血解毒

水獺肉　煮汁服療疫病及牛馬時行病。損陽。不可同兔肉食。

獺肝　治肝癆鬼疰。許叔微云五臟蟲皆上行。惟肺蟲下行。當用獺爪為末調藥。於初四初六日則肺蟲上行也。

海狗腎　即膃肭臍　似麝香黃赤色如爛骨。取其外腎陰乾百日。味甘香美。治五勞七傷鬼氣尸疰。強陽暖腰膝。心腹痛。

鼴鼠　肉甘平無毒。毛皮投瘡沙眼即去。

魚類

鯽魚　發風熱。一切風疾及瘡疥疳痢宿瘕並忌。

鰱魚溫中益氣多食令人熱中發渴發瘡疥

青魚腳氣濕痹同韭白煮食服朮人忌之

鯿魚開胃利五臟令人肥健與百藥無忌

白魚功同鯿魚宜醃糟不宜炙食與棗同食患腰痛炙者不發食之或醃經宿者不可食令人腹冷

勒魚開胃暖中作鯗尤良

鯖魚助火生痰發疥不可食

鰣魚初夏有餘月無發痼疾生痰補虛勞

鯧魚令人肥健益氣力腹中子有毒令人下痢

鯽魚合五味煮食主虛羸溫中下氣止下痢腸痔同沙糖食生蟲同芥菜食成腫同豬肝雞肉食生癰服麥冬人忌

鯿魚調胃氣利五藏和脾食助肺消穀作鱠食助脾功與鯽同

疳痢人勿食。

鯷魚發諸藥毒鮓不益人合筍食成癥瘕小兒食成瘦

鮠魚多食發疥癖瘡瘻。補胃治水氣。

鯸鮧魚背有十二骨。每月一骨。有毒殺人但中者取橄欖仁末流水

調服即解。核磨汁水調亦可

鯊魚暖中益氣非海中沙魚即南方溪澗中四五寸小者

鱠殘魚即銀魚寬中健胃細者名銀魚粗者名鱠殘功同

烏魚首有七星夜朝北斗。道家齋籙所戒

鰻鱺魚此魚無雄。附生於鱧鬚之上故名鰻鱺殺蟲治五痔惡瘡

理傳尸疰氣痰濕脚氣

(鱔)魚俗名黃鱔　黑者有毒性熱能補時行病後食之多復動氣多食則霍亂血淋口眼歪斜少加射香効

(河)豚　毒之所在腹之子目之睛脊之血有損無益浸血不盡有紫赤斑眼者及誤破腸子或修治不如法及染屋塵皆脹殺人肝與子大毒犯者以橄欖汁或蘆根汁解之及糞汁並解

(鯗)魚即黃　滑腸動火今所名黃魚者石首魚也頭中有石治石淋燒灰水磨皆可服

口介類

(鱉)清熱去勞皆發臨積者為鼈癥瘕食忌　團魚不益人夏月燒

頭骨於床下丸虱皆死置其骨於衣箱及氈衣中不生蛀一切魚忌荊芥能殺人凡魚有異色者不可食凡鱉目赤三足獨目頭足不縮腹下紅或王字卜字形及蛇紋者皆蛇化也不可食。

田螺 大寒治目赤解酒。 螺螄 功同上

蟹性極冷令人腹疼動風疾皆有足跗生不全獨螯獨目足斑目赤腹下有毛腹中有骨俱殺人孕婦忌之未破霜者有食水莨者甚良害人紫蘇汁木香蒜汁蘆根汁並解

蚌 止渴除熱解酒明目去赤眼女人下血。

蜆 多食發嗽及冷氣消腎 功似蚌同

【蛤蜊】止渴解酒開胃痘毒。八月以蛤蜊中水點之可代空青及丹石燒煅成粉。同香附末治心氣疼白湯服

【淡菜】治虛勞吐血。婦人帶下多食令人煩悶發丹石毒

【鰕】發風動火無鬚若勿食小兒及雞犬食之並脚弱煮之腹下通黑殼反白者勿食小兒亦白遊腫。搗碎敷之作湯下乳托痘吐風痰法製壯陽道搗爛膏傅蟲疽

【鼈】肉治虛注冷痢女人産後虛損煮食之。天行後不可食

〇器藏類

凡諸肉汁藏器中氣不泄者有毒食之令人腹脹作瀉以銅器蓋銅。朱汁滴下者亦有毒。器盛水過夜者不可飲

空屋漏水誤食成癥　二瓶內插花宿水有毒殺人

飲食放露天飛絲墮其中食之喉腫生泡

暑月磁器烈日曬熱者不可便放食物令人煩悶

鹽醋瓶不可貯蜜貯蜜瓶不宜作醋並不宜食令人脹吐

凡諸肉雞魚經宿者不再煮勿食食之吐瀉作脹

凡祭神肉自動祭酒自耗並不可食

諸禽獸腦滑精不可食惟牛腦益婦人

○解毒類

食蕈菌中毒蘿蔔湯可解　菌毒地漿水解　野芋毒[illegible]

諸菜毒甘草貝母胡粉等分爲末湯調服小兒溺亦可解

諸瓜毒。木瓜皮湯解之鹽湯亦可。

諸果毒燒猪骨爲末酒調服解之　柑毒柑皮煎湯解之鹽湯亦可

誤食閉口花椒醋解之　雞子毒亦同上

誤食桐油熱酒解之乾柿及甘草亦可解

中諸魚毒橘皮湯黑豆汁蘆根汁朴硝可解

中諸肉毒陳壁土錢許調水服白扁豆末亦可解

一食猪肉傷者燒其骨末水調服芫荽汁韭汁亦解

猪肉傷成積者草果仁消之　凡中諸毒以香油灌之令吐即解

一飲酒中毒大黑豆一升煮汁二升頓服吐即愈或生螺螄蜆蚌煎湯並解

中飲食後心腹煩悶不知中何毒者煎苦參汁飲之令吐即解

或嚼犀角湯飲之或酒煎犀角飲之立解

病忌類 附五藏所宜食

肝病所宜小豆犬肉李韭　心病宜小麥羊肉杏薤

脾病宜粳米葵棗　肺病宜黃黍米雞肉桃葱　腎病宜大豆

豕肉栗藿胡桃　有風病者勿食胡桃有暗風者勿食櫻桃食

之即發　時行病後勿食魚鱠及蟶蜞并鱔魚而復病不救

凡傷寒時病後百日之內忌食猪羊肉并其腸血魚腥諸膩物

犯者必復病　凡下痢後五十日內忌食炙麵及胡荽蒜韭生

蝦蟹等物多致復發難治　瘧後勿食羊肉恐發熱致重愈後

勿食諸魚及雞必復發　眼病忌川椒胡椒犬肉蒜韭并茶冷
水冷物不忌則害無已時　頭痛勿食葷及糖。心痛及心經疾忌雞
胎前忌兎肉騾　脚氣忌甜瓜瓠子鯽魚食之永不瘥。瘡瘍忌雞鵞
黃疸忌羊鵝濕麪魚胡椒蒜韭炙煿醃糟醋物食之難愈
咯血吐血衄血忌炙麪、濕麪炙煿韭蒜薑椒燒酒糟。海味
瘋風勿食鯉魚犯之不愈　瘦弱人勿食生薑恐傷中氣
病新瘥忌用薄荷誤食虛汗不止　久病人勿食杏李犯之加
重不愈　傷寒汗後不可飲酒恐復引邪入內　凡瘡疾人忌
食黃瓜麪筋鹿馬驢肉及豬肉犯之必發　凡產後忌
冷飯麪滯硬難化之物惟雞不忌以其能和血也　切生

病後調理服食法

凡一切病後將愈。表裏氣血耗於外。臟府精神損於內。形體虛弱。倦怠少力。乃其常也。宜安心靜養。調和脾胃為要。防風寒。愼起居。戒惱怒。節飲食。忌勞努。除妄想。是其切要。若或犯之。即良醫亦難施力矣。切勿以身命等於兒戲。如燈蛾之撲焰。自損其軀哉。戒之戒之。戒之。例次如左。

一初愈。務宜衣被適寒溫。如太熱。發渴心煩。助虛熱。如寒則又令外邪仍入內。

一傷寒時疫。身涼後。宜進青菜湯。疏通餘邪。如覺腹中寬爽。再進陳倉米清湯。以開胃中穀氣。一二日後。可進稀粥。稍稍

日三四次或四五六次。愼勿太過或用陳豆豉或淸不之物適口。或淸水煮白鯗醋點極妙再漸進活鯽魚湯調理百日方無食復勞復等病。

一食後復發熱宜斷穀即愈服鮮脾胃之劑。切勿用驟補熱藥須從緩處治能收全功。

一切病。忌食猪肉濕麪雞羊酸澀煎炒等物犯之復發難治。

一中風後。忌服辛散香燥等藥及猪羊鵝雞魚腥蕎麪茱張滯氣發病等物

一病後切忌房勞犯之舌出數寸死。

一勞嗽發熱水腫喘急消渴最忌鹽物

一產前後忌鹽醬及辛辣燥利諸血之物生冷梨瓜之類。

一瘧疾飲食宜同傷寒。

一虛勞喘咳骨蒸忌用大熱溫補等藥。宜服補陰藥培養真元。庶幾可保。

一產後切禁生涼等物雖在隆冬一日亦所不宜世多誤用以致病生特為指出。

一病愈後不善調攝多致危殆因此忽略保護故也

凡病後如水浸泥牆已乾之後最怕重復水激再把不救今且食治方於左為保身者之助并利畏服藥者以便於養老慈幼云

食治諸方

然百萬病皆從口入如何食反能治病耶蓋草木藥石得五行之偏氣加入之得病因五藏有偏勝則氣血有偏傾故用偏氣之藥物治五藏偏勝之氣血使得歸其正然中病則已不可濫為過服藥又反能生病也是故飲食人賴以養者貪啖之所以致萬病皆從口入之說亦猶是耳且五穀得五行之正氣倘有是說甚食若陽氣食養陰氣內經言之詳矣五穀為養五菓為助盛氣調和長有天命何況今人忽而不講惟邪藥可治病不知飲食起居之間能有將攝得以卻疾延年也古人食品之方良有深意衛生者察之

〔葱粥〕治傷風頭孕妊娠胎動產後血暈。
用糯米煮粥。臨熟入葱數莖再略沸食之

〔羊脂粥〕治半身不遂中風
用羊脂八粳米葱白薑椒豉煮粥。日食一具。十月効

〔蒼耳粥〕治目暗不明及諸風鼻流清涕兼治下血痔瘡用蒼耳子五錢。取汁和米三合煮食

〔烏雞臛〕治中風煩熱言語澀或手足發熱
用烏雞肉半觔葱白一握煮熟入麻油鹽豉薑椒再煮令熟空腹食

〔黃牛腦子酒〕治遠年近日。偏正頭風

用牛膽一箇切片白芷川芎末各三錢同入磁器內加酒煮熟乘熱食之盡量而醉醉後即臥卧醒疾若失

猪脏酒 治赤白癜風

用猪脏一具酒浸一時飯上蒸熟食不過十具愈

又方 白煮猪肚一枚食之頓盡三個愈切忌房事

口寒門

乾薑粥 治一切寒冷氣鬱心痛胸腹脹痛

用白米四合入乾薑良薑各一兩煮食

生薑粥 治反胃羸弱

生薑切片麻油煎過爲末和粥調食

生薑酒 治霍亂轉筋入腹欲死心腹冷疼

生薑三兩搗陳酒一升煮兩三沸服仍以查貼疼處

生薑醋漿 治嘔吐不止。

生薑一兩。醋漿二合銀器煎取四合連查呷又殺腹內長蟲

茱萸粥 治心氣痛不止胸腹脹滿

用吳茱萸二分和米煮粥食之 又方川椒茶治同上

丁香熟水 治亦同上

丁香一二粒打碎入壺傾滚水任用其香勃然大能快脾利氣。定痛闢寒。

肉桂酒 治感寒身體疼痛。

用辣桂末二錢溫酒調服凝情泄瀉俗以生薑與[illegible][illegible]酒俱效如跌蹼傷墜疼痛瘀血爲患宜用桂枝

【荳蔻湯】治一切冷氣心腹脹滿胸膈痞滯噦逆嘔吐泄瀉虛滑水穀不消困倦少力不思飲食

痛肉豆蔻仁四兩麪裹煨甘草炒一兩白麪炒四兩丁香五分鹽炒五錢共爲末每服二錢沸湯點服空腹少

○暑門

【菉豆粥】解暑渴　用菉豆淘淨下湯煮熟入米同煮食之

【菉豆酒】治同上

用菉豆蒸熟浸酒服　【又方】加黃連少許

杏酪 解暑渴去熱生涼益氣消痰

官桂末一兩白蜜二兩先以水二斗煎至一斗候冷入磁甁神曲八錢蜜二味攪一二日餘過先用油紙一層外加綿紙數層以黐封之每日去紙一重七日開之氣香味美或以磁罐封藏井中一日水涼可口每服一二杯自瀉不作

治濕門

薏苡粥 去濕氣腫脹利腸胃功勝諸藥

用薏米洵淨對配白水煮粥入白糖一二匙食

郁李仁粥 治水腫腹脹喘急二便不通體重疼痛轉動不能

脚氣亦宜

郁李仁二兩研汁。和菉米五合。同米煮粥食。

赤豆粥 利小便。消水腫脚氣。辟邪癘。

赤豆淘淨。同陳倉米對配煮粥。空腹食。

赤小豆飲 治水氣脹滿。手足浮腫。氣急煩悶。

赤豆三升。樟柳枝一升。同煮豆熟爲度。去柳取豆食。渴則飲汁。勿食他物。自効。

桑皮飲 治水腫腹脹喘急。

用桑根白皮四兩。和米四合。煮粥可食。

紫蘇粥 治老人脚氣

用家園紫蘇細搗。入水取汁煮粥。將熟。量加蘇子研汁食之

鯉魚臛　治水腫滿悶氣急。不能食。皮膚欲裂。四肢常疼不可屈伸

用鯉魚十兩去骨。搓麻子一升取汁。煮作羹臛。入鹽豉醬椒調和。空心慢食。

又方　鯉魚二斤。陳皮二兩。煮爛。入青鹽少許。拌勻吃

蒼朮酒　治諸般風濕瘡瘍。脚氣下重。

蒼朮三十斤。洗淨打碎。以東流水三石。浸二十日。去查。以汁浸麴。如家造酒法。酒熟任飲。不拘時。忌桃李

松節酒　治冷風虛弱。筋骨攣痛。脚氣緩痺

一方 松葉酒治同造同

用松節煮汁。同麴米釀酒飲。松葉搗煎亦可。

白石英酒　治風濕周痺。肢節濕痛。及腎虛耳聾

白石英磁石煅醋淬七次各五兩絹袋盛浸酒中五六日溫飲。如少加酒盡其力可也。

延壽酒　補虛益氣。去一切風痹濕氣。耐老延年。久服白髮

造法　三月三日收桃花三兩三錢。五月五日收馬蘭花五兩五錢。六月六日收脂麻花六兩六錢。九月九日收黃甘菊九兩九錢。已上俱陰乾。十二月八日取臘水三斗。待春分取桃仁四十九枚。去皮尖。白麪十斤同前花和作麯。紙包陰乾七四十九日。用做造酒。煮糯米飯一斗。白朮一兩。麯一丸。用麯一塊。封良久酒即成矣。如淡再加麯一丸

五加皮酒　去一切風濕痿痺。壯筋骨。填精髓。

五加皮洗刮去骨煎汁和麯米釀成飲之。或切碎袋盛浸酒煮飲。

或加當歸牛膝枸杞等

仙靈脾酒 治偏風不遂強筋壯骨

仙靈脾一斤袋盛浸無灰酒二斗封固三日飲之

女貞皮酒 治風虛補腰膝

女貞皮切片浸酒煮飲之

薏苡仁酒 去風濕強筋骨健脾胃

用薏苡仁粉同麴米釀酒或袋盛煮酒飲之亦可

海藻酒 治癭氣

用海藻一斤洗淨浸無灰酒日夜細

黃藥酒 治諸癭氣

用萬州黃藥切片一斤袋盛浸酒煮飲

口[illegible]

生地粥　滋陰潤肺及妊娠胎漏下血目赤

生地搗汁米二合煮熟入汁一合調勻再煮加熟蜜少許空心服

麻蘇粥　治產后血暈汗多便閉老人血虛風閉胸腹不快惡心吐逆

用家園蘇子麻子各五錢水淘淨微炒研如泥水濾取汁入米煮粥食之

百部酒　治久近一切咳嗽

百部切炒袋盛浸酒頻頻飲之

茶酒　[illegible]其八治風　治風癬皮膚瘙痒

沙[illegible]一斤　[illegible]糯米飯一斤　麴五兩　熟水五升同入瓶內封七日

成酒每常以盞入酒代之

人乳粥　潤肺通腸補虛養血

用壯實無疾女人乳汁候粥半熟去湯下乳代湯煮熟盛碗

中加酥油一二錢調勻食

槐枝酒　治大麻瘋痒

槐枝煮油如常醸酒法

巨勝酒　治風虛痹弱腰膝疼痛

巨勝子二升。炒香米二升　生地半斤。袋盛浸酒飲

蠶沙酒 治風緩麻痺諸節不遂腹內宿痛

原蠶沙炒黃袋盛浸酒服

紫酒 治中風口偏不語角弓反張鼓脹不消

雞屎白一升炒焦投酒中待紫色頻飲

○火門

甘蔗粥 治欬嗽虛熱口乾舌燥涕吐稠粘

用甘蔗取汁三碗入米三合煮粥空心食之

竹瀝粥 治痰火如神

如常煮米法以竹瀝下半杯食之

羔兒酒 治陰虛痰火諸疾

用菉豆山藥各二兩黃連牛蒡子蔘沙參白芍山梔天麥冬花粉殭蚕各一兩半當歸一兩二錢甘草三錢以好酒浸飲之

消遣酒　有火症及發熱不當飲酒蓋酒性大熱助病爲虐致不治倘遇喜慶事必欲飲用此以黃連菉豆各一錢枸杞三錢浸酒飲

黃柏酒　有相火而好飲者宜恐生瘡疥及肌膚不澤用黃柏一兩豬脂四兩生浸飲　一味豬脂浸酒令婦人多乳催乳更妙

小麥湯　治五淋不止身體壯熱小便滿悶小麥一升通草二兩水煎不時可嚥自效

甘荳湯　治一切煩渴。二便連少。及風熱入腎。

黑豆二合。甘草二錢。生薑七片。水煎服。

藕蜜膏　主虛熱口渴。大便燥結。小便秘澁。

藕汁蜜各四升。生地汁一升。和勻。慢火熬膏。每服半匙。

含嚥化。不時用。忌煎炒。

竹葉粥　治膈上風熱。頭目赤痛。止渴清心。

竹葉五十片。石膏一兩。水三碗。煎至二碗。澄清去查。入米三

合。煮粥。加白沙糖二錢。食。

四汁膏　清痰降火。下氣止血。

雪梨甘蔗[illegible]各等分。搗汁。入蜂蜜文火熬膏。頻頻服之

飲部　粥類　白木耳可

調理脾胃門　凡病後胃弱服藥無效者宜食之以助穀氣　尚有薄粥為佳

人參粥　治反胃吐酸及病後脾弱

用粟米一合煮粥入人參末薑汁各五錢和勻空心食。

麥冬粥　治咳嗽及反胃

用麥門冬濃汁和米煮粥。妊婦食之亦宜。

粟米粥　治脾胃虛弱嘔吐不食漸成尪羸

粟米白麵等分煮粥空心食極養胃氣一人病淋性不肯服藥予令其日啖此粥遂愈

去他味旬日歲月

餘往飲食必法

[illegible]糕　治老人小兒脾泄水瀉

用松花一升百合蓮肉山藥薏苡米芡實白蒺藜各末一升粳米粉一斗二升糯米粉三升砂糖一斤拌勻蒸熟炙乾食之

一方加砂仁末一兩

蘇蜜煎 治嘔滿吐逆飲食不進

紫蘇葉二兩白蜜薑汁各五合和勻微火煎沸每服半匙至心細嚥

薑橘湯 治胸滿閉結飲食不下

用生薑二兩陳皮一兩空心水煎服

芡實粥 益精氣強智力聰耳目

用芡實去殼三合新者研如膏陳者作粉和粳米三合煮粥食

蓮子粥 治同上健脾胃止泄痢

蓮肉一兩去衣煮爛細研入糯米三合煮粥食

扁豆粥　益精補脾又治霍亂吐瀉

白扁豆半斤先煮豆爛去皮入人參二錢下米作粥

山藥粥　補下元固腸止瀉

懷慶山藥爲末四分配六分米煮食

茯苓粥　治脾虛泄瀉又治不寐

粳米二合茯苓末一兩煮好再下苓末一兩再煮爛食

蘿蔔粥　消食利膈

蘿蔔大者一個紀米二合煮食

胡蘿蔔粥　寬中下氣煮法同上

蘇子粥　下氣利膈

紫蘇子微炒一合研汁去查粥好下汁再煮食之

茴香粥　和胃治疝

用小茴香炒煎湯去查入米煮粥食

胡椒粥　吳茱萸湯　並治心腹疼痛　煮法同上

蓮肉糕　治病後胃弱不消水穀

蓮肉粳米各炒四兩茯苓二兩共為末砂糖調和每用兩許

白湯送下

豆麥粥　治飲食不住口仍易飢餓近似中消

用菉豆糯米小麥各一升炒熟為末每用末一升滚水調服

消米湯　治泄瀉

用蚕米半升東壁土一兩吳茱萸三錢同炒香熟去土茱取米煎湯飲

米飲　治咽中作硬下食則塞反胃不止

用杵頭糠炒一兩煮米飲調勻空心食

黃雞餛飩　治脾胃虛弱少食瘦黃益藏府悅顏色

用黃雞肉五兩白麪三兩葱白二合切作餛飩入鹹椒豉和之煮熟空心食

松子粥　潤心肺和大腸　同米煮過食

炒麪入粥同食止白痢　燒鹹入粥同食止赤痢

○氣門

杏仁粥　治上氣欬嗽

扁杏仁去皮尖二兩研如泥或加猪肺同米三合煮食

莢菔子粥　治氣喘

用莢菔子即蘿蔔子三合煮粥食

猪腎粥　治脚氣頑痺行履不便疼痛不止

猪腎兩枚切碎葱白五莖米三合同煮臨熟加鹹豉椒調和飲之

羊腎粥　鹿腎粥　法同　治同

雞肝粥　羊肝粥　並補肝明目　煮法同上

鹿膠粥　治諸虛助元陽　煮粥入膠烊化即是

虎骨酒　治骨脛疼痛歷節風腎虚膀胱氣痛
虎脛骨一具炙黄打碎同麪米如常造酒飲
霹靂酒　治疝氣偏墜婦人崩中下血胎產下血
用鉄鍾火燒赤焠入酒中飲之

血門

何膠粥　止血補虚厚腸胃又治胎動不安
糯米煮粥臨熟入河膠末一兩和勺食
桑耳粥　治五痔下血常煩熱羸瘦
桑耳二兩取汁和粳米三合煮熟空心食
槐茶　治風熱下血明目益氣止牙疼利藏府順氣道

嫩槐葉蒸熟晒乾每日煎如茶

柏茶　止血滋陰

側柏葉晒乾煎湯代茶飲

醍醐酒　治鼻血不止

蘿蔔自然汁入好酒一半和勻溫服

韭汁酒　治赤痢又治心痛以其散氣行血

連白韭葉一把去稍取汁和酒一杯溫服

馬齒莧羹　治下痢赤白水穀不化腹痛

馬齒莧菜煮熟入鹽豉或薑醋拌勻食之

猪脏片　治肺損救血咯血

豬肺切片煮熟蘸苡仁末空心服 如肺癰米飲調下

羊肺肝腎 治吐血咯血損傷肺腎及肝隨藏弔用或肺或肝或腎煮熟切片蘸白芨末食○欲試血從何經來用水一碗吐入水中浮老肺也沉者腎也半浮半沉者肝也

痰門

蘇子酒 主消痰下氣潤肺止欬

家紫蘇子炒研細以袋盛之浸酒中日日飲之

陰虛[illegible]

炙胃粥 見[illegible]脾胃門

枸杞粥 治肝家火旺益衰益胃氣

甘州枸杞一合米三合煮食　又方採鮮葉如常煮粥食入醎少許空腹食佳

鰛魚臛　補虛勞殺蟲治肚脇腫痛痔久不愈

鰻魚細切煮作臛入醎豉薑椒空心食

牛乳粥　補虛羸　如常粥内加入牛乳和勻食

羊肝粥　雞肝粥　雞汁粥　並治虛勞

陽虛門

羊肉羹　治下焦虛冷小便頻數

羊肉四兩羊肝一具細切入醎豉煮作羹空心食

胡桃粥　治濕虛腰疼及石淋五痔

胡桃肉煮粥食　又浸酒方加小茴香杜付補骨脂

桂花酒　醖成玉色香味超然非世間物也

羊羔酒　大補元氣健脾胃益腰腎

宣和化成殿方用糯米一石如常浸漿取蒸再入肥嫩羊肉七斤麴十四兩杏仁一斤同煮爛連汁拌飯加入木香一兩剉同醸勿犯水十日熟

○諸虛力

叅歸腰子　治心氣虛損自汗

人參五錢當歸四兩猪腎一枚細切同煮食之以汁送下或用之麪糊丸如桐子大每服三十丸空心温酒下多服乃佳

補腎法　治腎虛腰痛

猪腎一枚薄切五七片以椒醎淹去腥水以杜仲末三錢在內包以薄荷外加濕紙置火內煨熟酒下如脾虛加補骨脂炒末二錢

猪腎酒　治同上

用童便二鍾好酒一鍾以磁瓶貯之取猪腎一對入內黃泥封固日晚時以慢火養熟至中夜止五更初以火溫之發瓶飲酒食腰子病篤者只一月效平日虛怯尤宜食絶勝金石草水之藥也

猪肚方治　虛羸之氣

人參五錢葫蘆胡桃各二錢葱白七莖糯米三合為末入豬肚內以緊勿令泄氣煮爛空心服以好酒一二杯送之

牛乳方　老人最宜補心脉安心神長肌內為人子者常常供之或為乳餅乳麁乾諸物勝

山藥酒　補虛損益顏色人治下焦虛冷小便頻數

用酥一匙於鐺中鎔化入山藥末熬令香入酒一杯調勻空心飲

生栗方　治脚氣及腎氣損脚腰無力

用生栗蒸熟風乾每日空心食十枚效甚

之丸　補五藏諸虛

蓮肉一斤去心入猪肚内縛定煮爛搗丸如梧子大每三四十丸空心酒下

已上諸方其治病之功服於衆右人但知藥能治病而不知食能治病孫真人有言曰醫者先曉病原知其所犯以食治之食療不愈然後議藥不特老人小兒相宜凡朗養久病厭藥者亦未爲不可也